5.016 Polievka fazuľová mliečna

100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	9,00	9,00	10,00	10,00	11,00	11,00	12,00	12,00
fazuľa suchá	1,50	1,50	2,00	2,00	2,50	2,50	3,00	3,00
maslo	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25	0,30	0,30
múka hladká	0,20	0,20	0,25	0,25	0,30	0,30	0,40	0,40
mlieko	9,00	9,00	10,00	10,00	12,00	12,00	13,00	13,00
bobkový list	0,02	0,02	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03
kôpor čerstvý	0,10	0,07	0,10	0,07	0,10	0,07	0,15	0,11
soľ	0,07	0,07	0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15
cesnak	0,05	0,04	0,06	0,05	0,07	0,06	0,08	0,07
ocot	0,15	0,15	0,20	0,20	0,20	0,20	0,30	0,30
cukor kryštálový	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	

Receptúra

Výrobný postup

Fazuľu preberieme, umyjeme, namočíme do vody. Dolejeme vodou a dáme variť spolu s bobkovým listom. Múku rozmiešame s mliekom, vlejeme do uvarenej fazule. Povaríme. Dochutíme soľou, prelisovaným cesnakom, cukrom, octom, zjemníme maslom a umytým, posekaným kôprom a varíme 20 minút.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	427	102	5,24	2,3	0,0	13,7	2,6	85,6	1,0	0,027	0,1	0,1	1,6	0,0
B	537	129	6,40	2,8	0,0	17,6	3,4	92,4	1,3	0,033	0,1	0,1	1,6	0,0
C	684	164	8,22	3,6	0,0	22,2	4,3	122,0	1,7	0,041	0,1	0,1	1,9	0,0
D	801	192	9,44	4,1	0,0	26,4	5,1	130,	2,0	0,04	0,1	0,2	2,5	0,0

								1		8				